

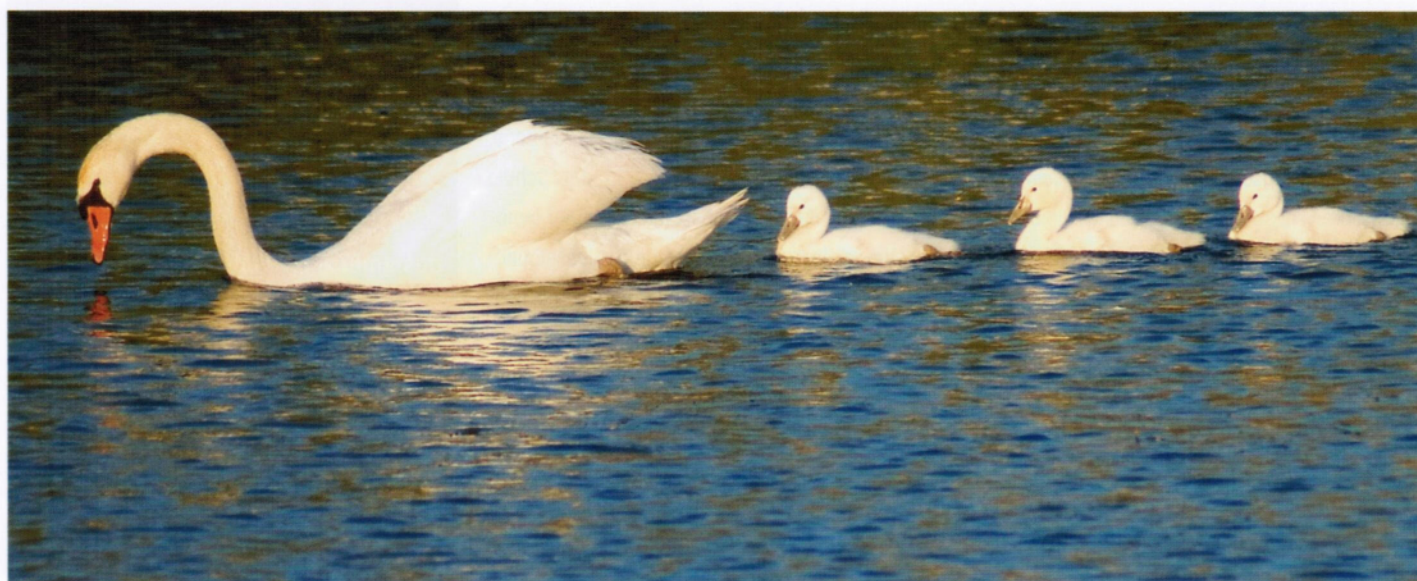
# Wissen+Karriere

Magazin für Persönlichkeitsentwicklung, Motivation, Aus- und Weiterbildung

## KOMMUNIKATIONSTRAINING

# Der rote Faden im Kopf

Oliver Geisselhart: So können Sie Ihre Reden frei halten



Ein Schwan auf einem See dient als Assoziation für den Punkt „Betriebsausflüge zur Besserung des Betriebsklimas“.

Sie wollen eine Rede halten, sei es auf einer Familienfeier, zu einem Jubiläum, auf einer Firmenveranstaltung oder auf der politischen Bühne. Oder Sie haben ein wichtiges Bewerbungsgespräch vor sich. Sie wissen, was Sie sagen wollen, Sie haben die Reihenfolge Ihrer Argumentation festgelegt und Sie sind sich absolut sicher, dass Sie nichts Wichtiges vergessen haben. Wenn Sie die wichtigen Punkte Ihres Vortrags sicher im Gedächtnis verankert haben, können Sie souverän auftreten und flexibel auf Einwände und Zwischenrufe reagieren. Gedächtnis-Trainer Oliver Geisselhart erläutert, wie das funktioniert.

**B**evor Sie eine Rede halten, müssen Sie sich erst einmal überlegen, was Sie alles sagen wollen und in welcher Reihenfolge. Wenn Sie das soweit entschieden haben, verknüpfen Sie den Inhalt Ihrer Rede mit den Zahlensymbolen aus der Grafik. Diese Verknüpfungen sollten Sie möglichst originell, lustig und absurd gestalten, dann kann sich Ihr Gedächtnis die Bilder ganz einfach merken. Lassen Sie Ihre Fantasie spielen, lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Ein Beispiel: Sie sol-

len einige Verbesserungsvorschläge in Ihrer Firma präsentieren. Ihre Rede besteht aus acht wichtigen Punkten. Diese prägen Sie sich mit den Zahlensymbolen ein. Ich schlage Ihnen jeweils eine kreative Verknüpfung dazu vor.

Bitte schließen Sie nach jedem Punkt einmal kurz Ihre Augen und stellen Sie sich die Szene inklusive meines Verknüpfungsvorschlags so echt und lebendig wie möglich vor Ihrem „geistigen Auge“ vor. Sehen Sie die Szene als „Kino im Kopf.“ Folgende Verbesserungsvorschläge möchten Sie Ihren Zuhörern in Ihrer Rede nahe bringen:

**1.** Alle Mitarbeiter sollen an einem neu angebrachten schwarzen Brett Verbesserungsvorschläge machen.

Das schwarze Brett ist mit einer Kerze (1) erleuchtet, weil Sie es sich als ersten Punkt merken wollen, und Sie sehen die Verbesserungsvorschläge im Kerzenschein.

**2.** Die Leute in der Firma sollen sich besser kennen und schätzen lernen. Wenn Sie jährlich einen bis zwei Ausflüge organisieren, verbessern sich Betriebsklima und Kommunikation. Der Ausflug geht an einen See, auf dem ein schö-

ner Schwan (2) schwimmt. Er wird von den Mitarbeitern gefüttert, während sie sich angeregt unterhalten (Kommunikation) und sich so kennen lernen. Beim Füttern wird natürlich auch viel gelacht (Betriebsklima).

**3.** Die unbequemen Stühle der Innendienst-Mitarbeiter sollen durch Nackenstützen aufgerüstet werden.

Stellen Sie sich einen Dreizack (3) an den Stühlen vor, auf welchem die Nackenstützen befestigt werden.

**4.** Sie brauchen mehr Parkplätze. Deshalb soll die Wiese neben dem Firmengebäude mit Graspittersteinen zum zusätzlichen Parkplatz umgestaltet werden.

Auf der Wiese wachsen vierblättrige Kleeblätter (4). Sie können durch die Graspittersteine auf dem neuen Parkplatz weiterwachsen.

**5.** Um das Gedächtnis gewinnbringend zu nutzen, sollte jeder Mitarbeiter ein Gedächtnistraining absolvieren.

Sehen Sie bitte ganz deutlich, wie sich verschiedene Mitarbeiter mit der Hand (5) an den Kopf (Gedächtnis) fassen und rufen: „Na klar!“ Sie haben jetzt wieder alle Infos parat.